



Zangeron.  
37.25. 2.25



НАСТАВЛЕНІЕ  
И  
ФИЗИЧЕСКІЯ ПРИМѢЧАНІЯ.



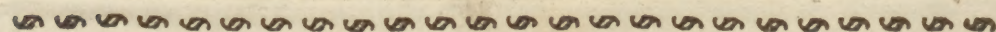
НАСТАВЛЕНИЕ

II

ОБЩАЯ ЧАСТЬ



КРАТКОЕ НАСТАВЛЕНІЕ  
выбранное изъ лучшихъ авторовъ  
съ  
нѣкоторыми  
ФИЗИЧЕСКИМИ ПРИМѢЧАНІЯМИ  
О ВОСПИТАНІИ ДѢТЕЙ  
отъ рожденія ихъ до юношества.



Въ Санктпетербургѣ ,  
при Императорской Академіи Наукъ 1768 года.



КРАТКОЕ НАСТАВЛЕНИЕ

КЪ ВОСПИТАНИЮ ДѢТЕЙ

ВЪ СЕМЬИ

ОБЩЕСТВЕННЫМЪ УЧИТЕЛЯМЪ

О ВОСПИТАНИИ ДѢТЕЙ

ОБЩЕСТВЕННЫМЪ УЧИТЕЛЯМЪ



ВЪ СЕМЬИ  
ОБЩЕСТВЕННЫМЪ УЧИТЕЛЯМЪ



# ОГЛАВЛЕНІЕ

## ФИЗИЧЕСКИМЪ ПРИМѢЧАНІЯМЪ.

---

### I.

О воспитаніи дѣтей отъ рожденія ихъ до  
опытія отъ груди.

---

|   |          |   |
|---|----------|---|
| О кормилицахъ, - - - - -                              | страница | 1 |
| О одеждѣ дѣтской, - - - - -                           |          | 2 |
| Какъ содержатъ дѣтей ? - - - - -                      |          | 3 |
| О тѣлодвиженіяхъ, и что при томъ надобно примѣчать, - |          | 5 |

\*\*\*\*\*

### II.

О дѣтяхъ по опытіи отъ груди до пяти  
или шести лѣтъ.

---

|  |    |
|--|----|
| О одеждѣ, - - - - -                          | 7  |
| О пищѣ, - - - - -                            | 7  |
| Какъ отвращать болѣзни въ зубахъ ? - - - - - | 8  |
| О чувствахъ, - - - - -                       | 10 |
| О снѣ, - - - - -                             | 10 |
| Какъ содержатъ дѣтей ? - - - - -             | 11 |
| О тѣлодвиженіи, - - - - -                    | 14 |

\*\*\*\*\*

### III.

О дѣтяхъ отъ пяти до десяти лѣтъ.

---

|                     |    |
|---------------------|----|
| О одеждѣ, - - - - - | 15 |
| О пищѣ, - - - - -   | 17 |



## Оглавл. физич. примѣч.

|                         |           |    |
|-------------------------|-----------|----|
| О снѣ ,                 | - - - - - | 18 |
| О сохраненіи здоровья , | - - - - - | 19 |
| О лѣкарствахъ ,         | - - - - - | 21 |
| О прививаніи оспы ,     | - - - - - | 21 |
| О спокойствіи духа ,    | - - - - - | 22 |
| О ученіи ,              | - - - - - | 25 |
| О наказаніи ,           | - - - - - | 27 |

\* \* \* \* \*

### IV.

О дѣтяхъ отъ десяти и двенадцати до  
пятнадцати и шестнадцати лѣтъ.

---

|   |           |    |
|---|-----------|----|
| О одеждѣ ,                                    | - - - - - | 29 |
| О пищѣ ,                                      | - - - - - | 30 |
| О пипіи ,                                     | - - - - - | 31 |
| О снѣ ,                                       | - - - - - | 33 |
| О чувствительности ,                          | - - - - - | 34 |
| Что при воспитаніи наблюдать должно ?         | - - - - - | 36 |
| О музыкѣ ,                                    | - - - - - | 37 |
| О спрашихъ ,                                  | - - - - - | 37 |
| О игрѣ ,                                      | - - - - - | 38 |
| О темпераментѣ , или свойствѣ человѣческомъ , | - - - - - | 38 |
| Знаки многокровныхъ ,                         | - - - - - | 38 |
| Знаки сложенія Флегматическаго ,              | - - - - - | 39 |
| Знаки вспыльчиваго ,                          | - - - - - | 40 |
| Знаки меланхолика ,                           | - - - - - | 41 |
| О упражненіяхъ ,                              | - - - - - | 43 |
| О опасныхъ отъ любви слѣдствіяхъ ,            | - - - - - | 45 |
| О табакѣ ,                                    | - - - - - | 45 |
| О чистотѣ ,                                   | - - - - - | 46 |
| О баняхъ ,                                    | - - - - - | 47 |

):( o ):(





I.

О ВОСПИТАНІИ ДѢТЕЙ

отъ рожденія ихъ  
до отнятія отъ груди.

О КОРМИЛИЦАХЪ.

1) Кто оскорбляетъ беременную женщину,  
шотъ рода человѣческаго злодѣй.

2) Для новорожденнаго младенца полезнѣе  
молоко женщины недавно родившей.

а



3) Кормилицъ выбирать, сколько возможно, здоровыхъ, добронравныхъ, безъ прищворства веселыхъ, имѣющихъ десны алыя, зубы бѣлые, чистоплошныхъ, опрятныхъ и проворныхъ; а рыжеволосыя исключаются.

4) Давать младенцамъ сосать грудь по немногу чрезъ два часа больше и меньше по обстоятельству; но ихъ, когда спятъ, для сего не будить.

5) Полезнѣе давать младенцамъ хорошее молоко козье, коровье и прочее, нежели женское худое.

6) Кормилица должна младенцу грудь давать сосать, вставъ съ постели, а не лежа.

7) Что къ пользѣ служишь, ничего презирать не должно; того для упомянуть можно, что кормилицамъ не всегда носить дѣшей на лѣвой рукѣ, но на той и на другой.

\*\*\*\*\*

О ОДЕЖДѢ ДѢТСКОЙ.

8) Обыкновенное свиваніе дѣшамъ не полезно, которое вѣсье отвергнуть должно.



Оное поребно только для поврежденныхъ членовъ , ежели у младенца случатся.

9 ) Новорожденного младенца обвертывать , не стягивая крѣпко , въ мягкое и сухое по- лотно , и въ шерстяное одѣяльцо , которое обогнуть шѣмъ же полотномъ , чтобъ шерсть до лица не касалась . Класъ его на бокъ на гладкомъ шюфячкѣ въ колыбель , у которой бы края чепыре или пять вершковъ вышиною были набиты мягкой шерстью.

\*\*\*\*\*

КАКЪ СОДЕРЖАТЬ ДѢТЕЙ ?

10 ) Первые годы младенцовъ въ рассу- жденіи нѣжнаго ихъ естесственнаго сложенія опасны . Въ сіе время они скорой подвер- жены смерти , по чему и жизнь ихъ можно почитать еще колеблющеюся . Того для над- лежитъ имѣть надъ ними присмотръ съ не- малою оспорожностію.

11 ) Съ великимъ попеченіемъ охранять мла- денцовъ отъ стужи при началѣ ихъ жизни.



12 ) Когда будетъ у младенца жилка подъ языкомъ препяпствовашъ , должно лѣкарю , а не кормилицѣ , оную опдѣлять. Отъ сего производяшъ важныя слѣдствія.

13 ) Содержать ихъ , какъ возможно, чисто : сіе весьма нужно. Спарашься всѣми способами , чѣмъ дѣши были на вольномъ и свѣжемъ воздухѣ , который бы всегда свободно въ покояхъ перемѣнялся могъ , дабы не подвергнуть себя трудностямъ , которыя сносилъ господинъ *Шамузетъ* , Рекетмейстеръ въ Парижѣ. Онъ желалъ воспитать найденныхъ имъ дѣшей ; но отъ невѣденія не наблюдалъ сего правила.

14 ) Великой свѣтъ въ покояхъ , гдѣ младенцы въ колыбеляхъ , не надобенъ ; а ежели и случится , то долженъ быть съзади , а не прошивъ глазъ ; также и вдругъ на яркой свѣтъ дѣшей не выносить.

15 ) Младенецъ во время сна долженъ быть такимъ образомъ закрытъ , чѣмъ свободно воздухъ перемѣнялся могъ.



16) Весьма вредно качать ихъ для того ,  
чтобъ засыпнуть : сей обычай вовсе ошрѣшить  
должно.

17) Сморкать ихъ бережно , чтобъ не по-  
вредить носа.

18) Не допускать , чтобъ всякой человѣкъ  
цѣловалъ младенца.

\*\*\*\*\*

### О ТѢЛОДВИЖЕНІЯХЪ ,

И ЧТО ПРИ ТОМЪ НАДОБНО ПРИМѢЧАТЬ ?

19) По опнятіи отъ груди , разумѣется ,  
около девяти мѣсяцовъ или послѣ , приважи-  
вать ихъ ходитъ. Для свободнаго выправи-  
ванія ногъ надобно имъ чаще быть развязан-  
нымъ , и , сколько возможно , держать ихъ  
съ утра до вечера на вольномъ воздухѣ.

20) Лучше младенцу учитьсѣ ходитъ са-  
мому собою , а не на помочахъ , отъ кото-  
рыхъ , кажется , нѣтъ пользы.



21) Младенцу имѣть на головѣ обручикъ ,  
которой набишь такъ , чтобъ полстопа его  
проспиралась далѣ носа.

22) Не ввѣрять дѣтей малымъ робятамъ ,  
и не давать имъ въ руки ничего , что вре-  
дитъ можеть.

23) Умѣренныя слезы младенцу служатъ  
лѣкарствомъ , и способствуютъ къ умноже-  
нію въ немъ бодрости и силы по разсужде-  
нію господина Саншеса.

24) Опѣ груди отѣимать , когда зубы  
начнутъ показываться , или десяти , двенад-  
цати и пятнадцати мѣсяцовъ.

25) Въ сіе время великую осторожность  
имѣть надлежитъ , и не пишать ихъ тяжелою  
и грубою пищею , которая вредитъ здоровью  
и жизнь у нихъ отнимаетъ.



II.

О Д Ъ Т Я Х Ъ

по отнятіи отъ груди до пяти или шести лѣтъ.

О О Д Е Ж Д Ъ .

26) Сколько пеленаніе вредно и опасно младенцу новорожденному , столько же и снуrowаніе шѣсное для дѣшей мучительно. Сіе обыкновеніе можно почестъ за безразсудное и къ поспѣшествованію натурѣ неспособное. Хотя здравой разумъ сему и прошиворѣчитъ ; но зашвердѣлой обычай женскаго пола одерживаетъ въ томъ побѣду.

27) Тугія завязки и узкая одежда весьма вредятъ здоровью , и останавливаютъ теченіе крови.

\*\*\*\*\*

О П И Щ Ъ .

28) По елику сіе разумѣется о дѣтяхъ отъ одного до пяти и шести лѣтъ , то по ко-



личеству оныхъ надлежитъ перемѣнять и умножать имъ пищу.

29) Кашка изъ муки для нихъ очень груба, клейка и тяжела : надлежитъ возпрещить употребленіе оной.

30) Порошекъ толченой изъ бѣлаго и хорошо выпеченнаго хлѣба , которой надобно напередъ высушить ломпиками , или грѣнками , всего полезнѣе до двухъ лѣтъ ихъ возраста.

31) Кормить ихъ чрезъ три часа помаленьку лучше , нежели много вдругъ , и при томъ не большою ложкою.

\*\*\*\*\*

*КАКЪ ОТВРАЩАТЬ БОЛѢЗНИ ВЪ ЗУБАХЪ?*

32) Когда зубы начнутъ вырѣзываться; то вмѣсто всѣхъ лѣкарствъ , которыя обыкновенно больше имъ тогда вредятъ , нежели пользуютъ , употреблять робячью игрушку съ слоновымъ на концѣ зубомъ , или обдѣлан-



нымъ хрусталемъ , для прохладенія рта ,  
которой у нихъ въ то время очень разгоря-  
чается ; воздухомъ же чистымъ и свѣжимъ  
въ такомъ случаѣ пользоваться для нихъ  
еще лучше.

33 ) Какъ коренные зубы выходятъ спа-  
нушъ , то можно имъ давать весьма мѣлко  
изкрошеннаго мяса съ хлѣбомъ ; однакожъ  
похлебкѣ или супу должно быть главною ихъ  
пищею : но очень горячаго никогда не да-  
вать. Сіе примѣчаніе нужно для всякаго  
возраста.

34 ) Лучшая ихъ пища должна быть хлѣбъ,  
разная похлебка , молошное и мало мяса ; на-  
прошивъ того , швердаго , кислаго , такъ же  
салату , плодовъ , и пропчаго сему подобнаго  
дѣтямъ въ малыхъ лѣтахъ не употреб-  
лять.

35 ) Не давать имъ сахару , конфектовъ  
сахарныхъ и ничего , что сластями на-  
зывается.



36) Безъ надзирателей не должны дѣшны пишь , ни ѣсть , а особливо

37) Горячаго пишья , вина , водки и прочаго дѣшамъ опшюдь не давать.

\*\*\*\*\*

О ЧУВСТВАХЪ.

38) Зрѣнію вредно все чрезмѣрно блестящее. Слуху равномѣрно вредителенъ великой шумъ или спукъ. Обонянію столько же не полезны острые запахи. Вкусу вредятъ крѣпкая и соленая пища, сласти, пряные коренья, водки, цѣльные вина, и тому подобное; а для осязанія остерегаются надлежитъ ожоги и крѣпкихъ спиртовъ.

\*\*\*\*\*

О СНѢ.

39) Дѣшамъ въ первые годы своей жизни должно спать тогда , какъ хошатъ , и ѣсть чаще.

40) Никогда не спать имъ съ спарыми людьми ; сіе для нихъ вредно.



КАКЪ СОДЕРЖАТЬ ДѢТЕЙ?

41) Охранять дѣтей отъ стужи въ первые годы , употребляя пристойныя средства ; а по умноженію возраста приучать ихъ нечувствительно къ снесенію переменъ воздуха.

42) Содержать ихъ всегда въ такой вольности , чтобъ могли имѣть желаемую веселость , которая имъ нужна для здоровья и возраста.

43) Для очищенія у дѣтей носа лучше употреблять плашки полотняныя , нежели бумажныя ; не худо очищать оной чаще.

44) Употребленіе лѣкарствъ безъ необходимости вредно ; а ежели случится запоръ , или голова болитъ , въ такомъ случаѣ воздерживать отъ пищи , давать пить чистой воды по немногу , и гулять имъ на вольномъ воздухѣ ; что для нихъ всего здоровѣе.

45) Все чрезвычайное дѣтямъ вредно : какъ лишняя суровость отъ власти , такъ



неумѣренное попеченіе и заботы оиѣ любви , равно для нихъ опасны.

46 ) Приучать ихъ ко всему, что сами безъ помощи другихъ дѣлать могутъ.

47 ) Ни въ чемъ не отказывать , когда требованіе ихъ справедливо : не давать же оиіюиѣ того , что уже имъ отказано. А естѣи не оиѣступною прозьбою хопя однажды изпребуюиѣ непозволенныхъ прежде вещей , то впредѣ оиѣ неполученія оныхъ производитъ будутъ слезы , упрямство , своенравіе и худой обычай ; что не токмо вредитъ здоровью , но оиѣбимаетъ и веселость полезную.

48 ) Не должно внушатьъ дѣтямъ пустыхъ страховъ , оиѣ которыхъ опасныя слѣдствія неминуемо бывають.

49 ) Отвращать оиѣ нихъ ревность и зависть другъ противъ друга , что весьма опасно; естѣи же сіи пороки случаются , то для отвращенія оныхъ не будетъ инаго сред-



ства , какъ удалить съ великою оспорожно-  
стїю потъ самой предметъ , отъ кощо-  
раго сїи пороки производить могутъ ; но при  
томъ поступать такъ , чтобъ дѣши сего  
не примѣшили.

50) Удалять ихъ отъ обхожденія съ не-  
вѣжами и злонравными людьми , и не до-  
пускавъ видѣть неблагоразумныя ихъ по-  
ступки.

51) Обучать ихъ всему играючи, и, сколько  
возможно , безъ принужденія.

52) Понеже забава , веселость и игра суть  
главныя средства къ укрѣпленію здоровья; по-  
то для не надлежитъ поступать съ дѣтьми  
сурово , но всему обучать ихъ, какъ сказано,  
безъ принужденія. Ежелижъ когда и случится  
дѣлать имъ выговоры , то и въ семъ случаѣ  
поступать безъ свирѣпства и злобы , дабы  
большимъ страхомъ не повредить ихъ оспро-  
шы природной.



## П Р И М Ъ Ч А Н І Е.

53) Двухъ лѣтъ , или около того , чувствительная въ дѣтяхъ происходитъ переменѣна. Онѣ начинаютъ понимать, разсуждать, помнить и прочее. Сіи душевныя свойства достойны примѣчанія такого Философа , которой устремляетъ свои мысли въ дѣйствія разума человѣческаго, и въ успѣхи природныхъ дарованій.

\*\*\*\*\*

## О Т Ъ Л О Д В И Ж Е Н І И

54) Приучать дѣтей чаще быть на воздухѣ, какъ холодномъ , такъ и тепломъ во время большаго ихъ движенія ; а лишняя въ томъ бережливость имъ весьма вредна.

55) Труды и вольной воздухъ укрѣпляютъ въ дѣтяхъ тѣлесное сложеніе , умножаютъ веселье , и отъ всѣхъ будущихъ недоспѣшковъ предохраняютъ ; напротивъ того отъ лѣнності и худаго воздуха вырастаютъ онѣ такъ слабы , что весь свой вѣкъ въ болѣзняхъ препровождаютъ.



56) Равномѣрно приучать ихъ болѣе спо-  
яшь, нежели сидѣть, да и то на деревяномъ  
стулѣ; можно заставлятъ ходишь большими  
шагами, держа голову прямо, плеча назадъ,  
не выпячивая брюха.

\*\*\*\*\*

### III.

## О Д Ъ Т Я Х Ъ

отъ пяти до десяти лѣтъ.

### О О Д Е Ж Д Ъ.

57) Не давать дѣтямъ одѣянїя узкаго и  
не спягивать ихъ тугою вязкою. Въ доро-  
гое или богатое платье не одѣвать, дабы  
онѣ свободно и безпрепятственно играть,  
прыгать и работать могли, не подвергая  
себя спрѣгости. Первое не токмо вредитъ  
здоровью, но и ростъ мѣшаетъ; второе  
причиняетъ угрозы и въ уныніе приводитъ.  
Не худо бы въ первыхъ лѣтахъ употреб-



ляшь помочи для нижней одежды, чѣмъ можно было оную носить не стягивая шугу.

58) Приучать помалу дѣтей въ сихъ лѣтахъ къ снесенію спужи, влаги и непоспоянной погоды: нѣтъ нужды покрывать и головъ, развѣ во время солнечнаго зноя; также и по ночамъ зимою теплымъ не одѣвать.

59) Башмаки носить безъ каблуковъ лѣтъ до девяти и до десяти, и никакой узкой обуви не употреблять.

60) Приучать дѣтскія ноги къ холоду, дабы чрезъ то не такъ чувствительны были къ мокротѣ и къ спужѣ.

61) По тому, что дѣти шѣломъ нѣжны и ко всему чувствительны, нежели взрослые, слѣдовательно гораздо болѣе подвержены и худымъ слѣдствіямъ: предостерегаться должно, чѣмъ не давать имъ ни постели, ниже старой одежды, а паче шерстяной, не зная напередъ, здоровы ли шѣ были, которые то употребляли.



62) Мѣхъ только въ пути или въ долгомъ пребываніи на большомъ морозѣ употреблять можно. Отъ безразсудства превратилось употребленіе онаго во зло и въ великой вредъ не только дѣтямъ, но и взрослымъ людямъ. Толстая шерстяная или шелковая вапша, простеганая бумага, и сему подобное, довольно теплая одежда. Утверждается сіе и славнаго Персидскаго врача правиломъ, которымъ ясно онъ доказываетъ, что для сохраненія здоровья всего лучше, быть всегда легко одѣту.

\*\*\*\*\*

о пищѣ.

63) Различныя сѣбстныя вещи и при томъ простыя гораздо лучше, нежели всегдашнее употребленіе одной пищи; а особливо такія запрещаются, въ которыхъ пряныя зелья. Кофею и шоколаду дѣтямъ не давать, а навпаче мальчикамъ.

\*\*\*\*\*



## О СНАѢ.

64) Умѣренной сонѢ, по мнѣнію господина Локка, есть лучшее крѣпительное лѣкарство. Дѣтямъ сего возраста не должно спать, сколько имъ хочется; наипаче наблюдать, чтобъ не привыкли онѣ къ сему злоупотребленію отъ лѣности: изъ сего правила выключаются однако слабые и нездоровые.

65) Чемъ далѣ спануть дѣти входипь въ возрастъ, тѣмъ больше, но нечувствительно убавлять имъ и сна.

66) Во время сна никогда не будить ихъ вдругъ, чтобъ не испужать.

67) Дѣтямъ лучше спать на вольномъ воздухѣ, нежели въ такихъ мѣстахъ, гдѣ сквозной проходитъ вѣтръ.

68) Не спать на мягкой постелѣ, перины и завѣсы не имѣть: спать больше въ холоду и на сухомъ вольномъ воздухѣ, чего для стараться, чтобъ спальна была къ югу.

\*\*\*\*\*



О СОХРАНЕНИИ ЗДОРОВЬЯ.

69) Не худо въ сіи годы стричь волосы какъ для того , чѣмъ можно было способно щоткой чистить голову , такъ и для охраненія отъ простуды глазъ , и прочая.

70) Имѣть великое попеченіе о зубахъ : содержать ихъ чисто , не давать грызть ягодныхъ косточекъ , ничего жоскаго и никакихъ сластей; сверхъ того частое употребленіе зубочистокъ вредно , а булавка всего вредительнѣе ; словомъ , что колетъ десну , или поршитъ зубъ , употреблять не должно.

71) Употребленіе мѣди и всего , что имя оной имѣетъ , исключается безъ изъятія , дабы чрезъ то избѣжать яду.

72) Наблюдать , чѣмъ не жили дѣти въ новопостроенномъ или недавно крашеномъ домѣ ; еще менѣе обращаться имъ въ тѣхъ мѣстахъ , гдѣ употребляется ртуть , и бытъ вмѣстѣ съ живущими въ оныхъ.



73) Великая польза для здоровья , ежели дѣти приучены къ снесенію холода ; а нѣга въ молодыхъ лѣтахъ дѣлаетъ ихъ знобкими , бываетъ причиною ихъ лѣности и ослабѣнія , и препятствуетъ сложенію тѣла быть крѣпкимъ. Не допускай ихъ быть долго тамъ , гдѣ воздухъ недовольно перемѣняется. Отъ пренебреженія сего правила происходитъ много вреда.

74) Тѣхъ можно конечно прямыми почестъ родителями , которые стараются воспитывать своихъ дѣтей въ веселости , побуждая ихъ при томъ любить и исполнять добродѣтель. Сіе правило есть неоспоримо по тому, что дѣтское увеселеніе дѣйствительно отвращаетъ многія прискорбности и болѣзни , которымъ родъ человѣческой подверженъ.

75) Склонность , которую вселяетъ природа въ сіи блаженные лѣта къ игрѣ и къ увеселенію , есть главное средство къ умноженію здоровья и къ укрѣпленію тѣлеснаго сложенія.



О Л Ъ К А Р С Т В А Х Ъ .

76) Безъ необходимой нужды опнюдь дѣ-  
тямъ крови не пускашь , ни лѣкарствъ для  
предосторожности не даешь . Господинъ  
Локкѣ накрѣпко подтверждаетъ , чтобъ убѣ-  
гать сей злой привычки . Ежели случится за-  
поръ , или головная болѣзнь , то воздержать  
можно какъ выше сказано , отъ пищи на суп-  
ки , при томъ даешь часто по немногу пить  
чистой воды , а наипаче въ то время не пода-  
ешь робенку причины о чемъ либо прилѣжно  
думать , или печалиться ; но всего лучше  
заспавлять его играть на вольномъ воздухѣ .  
По сему надѣяться можно , какъ и опытами  
доказано , что дѣти , окрѣпчавъ отъ сего  
физическаго воспитанія , не столько бу-  
дутъ подвержены болѣзнямъ , которыя обык-  
новенно употребленіе лѣкарствъ имъ причи-  
няетъ .

\*\*\*\*\*

О П Р И В И В А Н І И О С П Ы .

77) Отъ пяти , шести , или еще моложе ,  
до осьми и десяти лѣтъ , надлежитъ дѣтямъ



прививать оспу. Необходимость сего довольно уже доказана искусными, просвѣщенными и человѣколюбивыми врачами, которымъ слѣдовать безъ сомнѣнія должно по многимъ оказаннымъ отъ нихъ опытамъ и успѣхамъ; того ради родителямъ опложить страхъ еполь маловажный и неосновательный, который ихъ отъ сего прививанія отвращаетъ.

\*\*\*\*\*

#### О СПОКОЙСТВІИ ДУХА.

78) Бесѣма благоразумно, чтобъ не подавать причины дѣшамъ послѣ великой радости вдругъ великую горестъ, или озлобленіе чувствовать; сколько же злополучій отъ ненаблюденія сего правила случается, мало кто и примѣчаетъ.

79) Застѣнчиваго, робкаго и страшливаго ребенка надлежитъ всячески стараться ободрять ласковыми поступками, придавать ему смѣлость, приучать благоразумно къ шѣмъ вещамъ, отъ которыхъ онъ имѣетъ отвра-



щеніе. Безъ сей предосторожности онъ будетъ всегда уныль и слабъ.

80) Для большей части молодыхъ людей всего лучше безпрестанно быть въ движеніи , и потому , что они страстно любятъ всякія рѣзвости , рѣдко случится , чтобъ надобно было ихъ склонять къ оному. Всякой покой не на ихъ вкусъ : но если имъ по какой болѣзни тѣлесной , или душевной , тѣлодвиженія противны будутъ , то надлежитъ поощрять ихъ къ онымъ разными играми. Въ прыганьи и въ увеселеніи должно проходить дѣтскимъ лѣтамъ. Забавамъ прелестно вать отнюдь не должно , и не только не принуждать дѣтей быть въ покой противъ ихъ склонности ; но надобно вымышлять и изыскивать переменное упражненіе ихъ тѣлу и духу : ибо , если впадуща въ уныніе , то весь свой вѣкъ будутъ слабѣть и сохнутъ. Покой наипаче тотъ , который отъ праздности происходитъ , весьма вредителенъ въ такихъ лѣтахъ , въ которыхъ еще слабая натура не можетъ обойтись безъ тѣлодви-



женія : ибо оное укрѣпляетъ ее , и приращаетъ силы.

81) Надлежитъ дѣшей приучать стоять почти во весь день, ѣдятъ ли они, или учатся; для сего и столы должно имѣть такіе, копорые бы имъ были по груди. Привычка къ стоянью укрѣпляетъ всѣ ихъ члены , и дѣлаетъ оные прямыми ; слѣдовательно и все тѣло пребываетъ въ движеніи ; отъ стоянья же они покойнѣе спятъ ночью.

82) Приучать дѣшей въ обыкновенныхъ ихъ играхъ дѣйствовать обѣими руками , на примѣръ : играть въ кегли , бросать далеко камнями въ цѣль , бороться и прочая. Позволять имъ бѣгать въ ясные и мрачные дни по песку , по кочкамъ , по пашнѣ , по горамъ и крупымъ мѣстамъ , ходить иногда босикомъ по каменному полу въ сѣужѣ съ открытою головою и грудью : ибо все сіе укрѣпляетъ ихъ здоровье , и для того , не опасаясь ничего , позволять имъ все вышеписанное. Ежелижъ случится нечаянно , что



дѣтя проспудися, то продолжать все то же, не пользуя ничемъ инымъ, кромѣ воздержности въ пищѣ. Не должно въ семъ случаѣ слѣдовать совѣтамъ малодушныхъ, но стараться, чтобъ жили дѣти въ хорошемъ воздухѣ отдаленномъ отъ пѣхъ мѣстъ, гдѣ оной зараженъ худыми парами.

83) Искусство воспитателей въ томъ состоитъ, чтобъ, не препятствуя дѣтямъ въ увеселеніи, отводить ихъ безъ насилія и съ ласкою отъ всего, что вредить можетъ.

\*\*\*\*\*

О УЧЕНІИ.

84) Приводить дѣтей къ ученію подобно, какъ въ пріятное и украшенное цвѣтами поле. Тернія въ ономъ находящіяся раздражаютъ природу, особливо съ начала, а сіе происходитъ единственно отъ неразумія воспитателей.

85) Чтобъ дѣти съ веселіемъ исполняли свою должность, надлежитъ стараться все-



мѣрно вперить въ нихъ любовь къ ученію такъ , чѣмъ оное награжденіемъ себѣ почитали. Сіе единое способствуетъ къ большему просвѣщенію ихъ разума.

86) Неумѣренное ученіе вредно здоровью. Не должно превозмощаться, видя умы не скоро зрѣющіе , а желать надобно , чѣмъ дѣши имѣли только здоровый разумъ и доброе сердце , о чемъ паче всего прилагать должно стараніе съ самаго ихъ младенчества ; также и о томъ , чѣмъ они были и крѣпкаго сложенія.

87 Вкусъ къ ученію могутъ дѣши получить скорѣе отъ добраго примѣра и отъ обхожденія съ благоразумными людьми, нежели отъ руководства учителей развращенно живущихъ. Часто случается , что дѣши сверхъ чаянія сами собою приобретаютъ знанія только отъ того , что видятъ и слышатъ , и что сами то дѣлаютъ , о чемъ размышляютъ и у другихъ спрашиваютъ.



О НАКАЗАНИИ.

88) Не должно бить дѣтей почти никогда, а паче не слѣдовать въ жестокихъ наказаніяхъ безразсуднымъ и свирѣпымъ школьнымъ учителямъ : не упоминая , что отъ сего приходятъ дѣти въ посрамленіе и въ уныніе , вселяются въ нихъ подлость и мысли рабскія , приучивающіяся они лгать , а иногда и къ большимъ обращаются порокамъ. Всякіе побои кромѣ того , что чувствительны , по всѣмъ Физическимъ правиламъ безъ сомнѣнія вредны здоровью.

89) Лучшій и надежнѣйшій способъ наказанія , лишаятъ ихъ того , что имъ всего пріятнѣе , то есть : не пускаютъ ихъ гулять съ прочими , или , смотря по винѣ , стыдять нѣсколько времени , но не на долго ; а всего чувствительнѣе имъ то , что отворачиваетъ ихъ отъ шѣлодвиженія.

90) Когда дѣти въ игрѣ , или въ рѣзвостяхъ чемъ себя зашибутъ , или повредятъ , за то ихъ не только наказывать , но и бра-



нишь отнюдь не надлежитъ. Чрезъ то родители конечно избавяшъ дѣтей своихъ отъ многихъ бѣдъ и болѣзней. Изъ повседневныхъ примѣровъ видно, сколько въ свѣтѣ отъ сей неосторожности слабыхъ; сколько уродовъ, и сколько померло по большой части отъ того, что дѣти, опасаясь наказанія, никому не говоряшъ о своей болѣзни, и перемогаясь скрываютъ оную иногда до неизлѣчимости.

91) Сколь жалки шѣ бѣдныя дѣти, которыя за игру и невинныя забавы, лѣшамъ ихъ необходимо потребныя, предаются столь часто на жертву ненавистному гнѣву и свое нравію родителей, или дядекъ: приличнѣе называть таковыхъ пиранами, нежели воспитателями.

---



IV.

О ДѢТЯХЪ

ОТЪ ДЕСЯТИ И ДВЕНАДЦАТИ  
ДО ПЯТНАДЦАТИ И ШЕСТНАДЦАТИ ЛѢТЪ.

---

О ОДЕЖДѢ.

92 ) Одежда все та же; и хотя слѣдовать должно обыкновенію, однако наблюдать, чтобъ платье было простое, свободное, и меньше бы беспокоило части шѣла.

93 ) Если же по умноженію возраста платье будетъ узко, то надлежитъ пошчасъ сдѣлать другое ширѣ, примѣчая при томъ, что отъ шести и семи лѣтъ не надобно одѣвать очень тепло, дабы симъ способомъ мало по малу съ самыхъ младенческихъ лѣтъ пріучать ихъ къ снесенію жестокости снуживъ.



## о пищѣ.

94) Человѣкъ не столько питается произращеніями земными, какъ скопина, копорая сама сотворена для пищи людямъ. Сіи двѣ яствы въ смѣшеніи поправляются одна другою.

95) Всего лучше вести жизнь нѣсколько сурово, привыкать ѣсть все, что ѣсть только можно и въ выборѣ приправъ къ кушанью не быть прихотливу; но стараться, чтобъ было все, сколько можно, просто; при томъ за вѣрное утвердить можно, что всѣхъ лучше позывъ на ѣду приходитъ отъ тѣлодвиженія. Сверхъ того наблюдать надлежитъ, чтобъ довольно жевать все, что ѣшь: ибо къ скорѣйшему варенію пищи желудку сіе болѣе всего способствуетъ.

96) Должно перемѣнять пищу, и давать преимущество простымъ кушаньямъ, [исключая начинающихъ выздоравливать отъ болѣзней], ѣсть все съ умѣренностію, а при томъ



стараться , чтобъ не быть брезгливу , и въ томъ перемогать себя , сколько можно.

ПРИМѢЧАНІЕ.

97) Здоровье наше хранится и жизнь умножается конечно не отъ употребленія нѣкоторыхъ кушаньевъ , но отъ того , чтобъ удаляться отъ такихъ яствъ , которыя столь искусно повары приправливать стараются , что дѣйствительно отравою почитать должно : ибо простая пища и воздержность совершенно способствуютъ къ отвращенію многочисленныхъ болѣзней , кои изнуряютъ человѣка. Тѣ только совершенно пользуются сладостію чувствъ , и благополучно препровождаютъ старость , не подвергая себя огорчительной дряхлости , которые во всю свою жизнь ведутъ себя воздержно.

\*\*\*\*\*

О ПИТИИ.

98) Простая вода , однако хорошая , большей части людямъ за лучшее и полезнѣйшее



питіе почитается. Она превосходна для перевариванія въ желудкѣ , и Химики называютъ ее блаженною. Философы и Алхимики утверждаютъ , что она жизнь природы , для того что отъ нея происходятъ удивительныя дѣйствія.

99 ) Послѣ воды простой и легкой , вино смѣшанное съ большею частію воды для всегдашняго употребленія признаютъ питіемъ полезнымъ : утверждаютъ же , что квасъ красной здоровѣе кислыхъ щей.

#### ПРИМѢЧАНІЕ.

100 ) Всѣмъ извѣстно , что примѣръ , какъ доброй , такъ и худой въ дѣлахъ больше всего дѣйствуетъ не только въ нравоучительныхъ , но и въ Физическихъ предметахъ : для того всячески остерегаемся , дабы при нихъ не дѣлать ничего , чтобы они перенявъ , къ поврежденію своего здоровья употреблять могли. Для сей же причины надлежитъ отъ нихъ удалять всѣхъ



жадныхъ , пьяницъ , лѣнивыхъ , дерзкихъ , жестокихъ и злыхъ людей , а наипаче сластолюбцевъ.

\*\*\*\*\*

О С Н Ъ .

101 ) Чемъ болѣе спануть дѣти приходитъ въ возрастъ , тѣмъ меньше позволять имъ спать , и никогда ихъ вдругъ не будить. Класъ ихъ спать ранѣе , и поутру на зарѣ выводить на свѣжей воздухъ , когда только возможно. Наблюденіе сего правила , какъ для прохладенія крови , такъ и для укрѣпленія тѣла весьма нужно и полезно.

102 ) Дѣтямъ надобно лежать протянувшись , а не скорчась , и голову имѣть низко на подушкѣ. Одѣвать ихъ не очень тепло , чтобъ не сдѣлалось большой испарины , которая конечно приводитъ ихъ въ слабость.

103 ) Господинъ Локкъ совѣщаетъ , чтобъ дѣти спали на шугой постелѣ , то есть , на



соломенномъ, волосяномъ, или шерстяномъ шюфякѣ, а не на перинѣ. Отъ употребленія мягкой постели дѣти бываютъ дряхлы и нѣжны; напротивъ того жизнь нѣсколько суровая весьма укрѣпляетъ сложеніе шѣла человѣческаго и для переду, а особливо для старости.

\*\*\*\*\*

#### О ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ.

104) Неоспоримо, что великая чувствительность вредитъ шѣлу: чего ради надлежитъ склонять дѣтей благоприспособленнымъ образомъ къ терпѣнію и къ суровости противъ себя самихъ, и не допускать ихъ превозмощия, особливо когда они вдаются въ горести и сокрушеніе отъ самой малой болѣзни, шерпя сами, или видя другихъ спраждающихъ отъ оной. Господинъ Локкѣ пишетъ: какіе бы ни случилися дѣтямъ удары отъ игры, или отъ другихъ упражненій, надлежитъ ихъ тогда же часъ удерживать отъ слезъ съ ла-



скою и безъ всякой суровости. Симъ способомъ они и на то время успокоятся , и впредь споль чувствительны не будутъ. Надобно', чтобъ были ласковы и жалостливы , чтобъ имѣли сердце доброе : но чтобъ онымъ повелѣвалъ разсудокъ , а не слабость.

105 ) Весьма неблагоприятно и опасно , при случающихся дѣтямъ большихъ или малыхъ болѣзняхъ пользоваться ихъ бабьими , или простонародными лѣкарствами. Извѣстно, что какіе бы кто удивительные разказы о томъ ни дѣлалъ , и какіе бы кто ни представлялъ прелестные примѣры , все сіе походитъ на такую обманную лотерею , въ которой изоста разъ однажды удастся выиграть. Хотя множество примѣровъ сему подобныхъ видимъ во всякихъ болѣзняхъ ; однако отъ предубѣжденія не отвращаемся. Отъ сей неосторожности великую дань платитъ родъ человѣчскій. Сколько возможно , надлежитъ молодымъ людей входящихъ въ смыслъ отвращать отъ сихъ заразительныхъ предубѣреній , и



не допускашь ихъ слѣдовать опаснымъ и обманнымъ совѣтамъ.

\*\*\* \*\* \* \* \* \* \*

*ЧТО ПРИ ВОСПИТАНІИ НАБЛЮДАТЬ ДОЛЖНО?*

106) Ежели кто ведетъ жизнь одинакую, тошъ ни къ какой перемѣнѣ не способенъ. Не худо предуготовлять по малу дѣшай ко всѣмъ чрезвычайнымъ случаямъ, дабы они все сносить могли, когда нужда ни потребуешъ, а особливо въ пищѣ, въ содержаніи тѣла, и иному бы правилу не слѣдовали, какъ только тому, чѣмъ не имѣшь никакого правила. Тошъ можетъ все сносить, кто ко всему пріученъ. Дѣшамъ должно привыкать къ перемѣнамъ, не дѣлая напуръ принужденія. Она со временемъ на все преклонится. Симъ способомъ нечувствительно привыкнушъ къ шрудамъ, побѣдяшъ наконецъ все, къ чему они имѣли прежде опшвращеніе, будущъ въ состояніи, когда нужда ни востребуешъ, сносишь голодъ, жажду, жаръ



и спужу : не повредитъ ихъ роса вечерняя ,  
ни долговременное бдѣніе : отъ поща и без-  
покойства силы ихъ не испощаются , и про-  
чая ; но при всемъ томъ надлежитъ вѣдать,  
что воздержность и работа суть лучшія  
лѣкарства для человѣка.

\*\*\*\*\*

О МУЗЫКѢ.

107 ) Всѣ духовыя инструменты, то есть,  
габой , фаготъ , флейта , валторна и прочіе,  
вредны здоровью.

\*\*\*\*\*

О СТРАСТЯХЪ.

108 ) Меньше опасности для молодыхъ лю-  
дей , ежели разнымъ спрашьямъ слѣдуютъ ,  
нежели когда прилѣпляются къ одной. Над-  
зираателямъ должно стараться раздѣлять  
въ нихъ склонности , и не допускать, чтобъ  
одна въ нихъ усиливалась.



\*\*\*\*\*

О ИГРѢ.

109) Спращь кѣ картошной или другимъ играмъ , а паче кѣ такимъ , при копорыхъ мало , или никакого нѣтъ шѣлодвиженія , весьма вредишь молодымъ людямъ и приводитъ здоровье въ слабость , не упоминая о томъ , что при сихъ случаяхъ поршаютъ они кровь , или причиною самолюбія , либо для корысти.

\*\*\*\*\*

О ТЕМПЕРАМЕНТѢ, ИЛИ СВОЙСТВѢ ЧЕЛОВѢЧЕСКОМЪ.

110) Не моложе пятнадцати лѣтъ начинается оказываться свойство сложенія , которое будетъ владычествовать въ чловѣкѣ. Подлинное познаніе онаго необходимо нужно.

ЗНАКИ МНОГОКРОВНЫХЪ.

111) Чловѣкѣ лѣтъ пятнадцати , сложенія многокровнаго или Сангвиникѣ , имѣетъ въ лицѣ цвѣтъ свѣжій и румяной , бываетъ не-



постояненъ, веселъ, малымъ доволенъ, не по-  
чипшленъ, любитъ смѣхъ, шушливъ безъ обиды  
другихъ, и прочее. Сіе сложеніе всѣхъ лучшее,  
ежели наблюдается въ немъ посредство, ко-  
торое и надлежитъ сохранять въ дѣтяхъ съ не-  
малымъ попеченіемъ. Достигнуть же до сего  
иначе не возможно, какъ наблюденіемъ предпи-  
санныхъ здѣсь для воспитанія правилъ.

*ЗНАКИ СЛОЖЕНІЯ ФЛЕГМАТИЧЕСКАГО,  
ИЛИ СЫРАГО.*

112) Человѣкъ *Флегматическаго* сложенія  
обыкновенно бываетъ тихъ, нѣженъ, мягко-  
сердъ, не мужественъ, вида пріятнаго, сговор-  
чивъ, и властвовать надъ собою охотно дозво-  
ляетъ: не имѣетъ бѣглаго разума, и не скоръ  
на предпріятіе, лѣнивъ, спокоенъ, терпѣливъ,  
въ дружбѣ слабъ, въ непріязни безопасенъ,  
тупъ и не способенъ къ вымысламъ: во всемъ  
подражаетъ другимъ, въ дѣлахъ и въ раз-  
сужденіяхъ медлительнъ, но довольно спра-  
ведливъ: способенъ къ совѣтамъ, къ шоч-  
ному познанію наукъ и къ наблюденіямъ.



Столь любопытнымъ бываетъ физикомъ, что одно крыло бабочкино цѣлой день разсматриваетъ въ состояніи. Сложенія со всемъ прошивнаго вспыльчивому ; при томъ любитъ жалкую и унылую музыку , стихотворство пастушье. Люди сего свойства весьма мало пекутся о дѣлахъ житейскихъ, и не могутъ сносить работъ тяжелыхъ : чего ради надлежитъ ихъ поощрять къ шѣловженіямъ нѣсколько труднымъ ; ибо они склонности къ тому не имѣютъ : удаляютъ ихъ отъ покоя , которой имъ всего пріятнѣе.

#### ЗНАКИ ВСПЫЛЬЧИВАГО.

113 ) Человѣкъ вспыльчивой имѣетъ взоръ быстрой , блестящій : чувствителенъ и скоро къ гнѣву, разсуждаетъ немедленно, твердо и основательно, мысли у него избыльныя , любитъ горячо : и въ ненависти непримиримъ. Хочетъ быть всегда въ движеніи, кровь у него безпрестанно волнуется , и потому отъ самой бездѣлки разгорячиться можетъ ; напрошивъ того въ трудахъ , въ великихъ ра-



бошахъ и въ жестокихъ пѣлдвиженіяхъ пер-  
пѣливъ и къ онымъ ревнителенъ чрезвычай-  
но , въ дѣлахъ скоръ и проворенъ , любитъ  
хитроспи и удивительно производитъ оныя ;  
что предпріиметъ , не оплагаетъ ; понимаетъ  
всякое дѣло съ перваго раза : никогда не  
доволенъ : какъ скоро начинаетъ , такъ  
скоро и опять кончитъ : любовникъ страст-  
ной и замысловатой , другъ искренній и чи-  
вой , непріятель непримиримой и весьма опа-  
сной , любитъ упражняться въ наукахъ и  
прочая ; такой совершенно долженъ воздер-  
жаться отъ вина и всякихъ крѣпкихъ напиш-  
ковъ ; и пошому , что такой человекъ до-  
бровольно бываетъ во всегдашнемъ упражненіи,  
праздность для него нужнѣе.

*ЗНАКИ МЕЛАНХОЛИКА , ИЛИ ЗАДУМЧИВАГО.*

114) Сложеніе *Меланхолика* обыкновенно  
не прежде тридцати лѣтъ оказывается. Оно  
по большой части бываетъ случайное , а не  
отъ природы ; однако , если родители  
воспитываемаго дитяти были сего сложенія ,



по надлежитъ прилѣжно наблюдать , чѣмъ и съ нимъ то же не случилось. Знаки онаго сущь : лицо худощавое , кожа присохлая къ костямъ и горячая , волосы черные и жесткіе , по большой части лицомъ не пригожъ , хотя и бываетъ хорошъ въ робячествѣ : глаза у него малы и нѣсколько суровы , видъ угрюмой , мысли изобильныя , память твердая , разсужденіе скорое и острое , много разума , но часто употребляемъ бываетъ на охужденіе людскихъ недостатковъ ; способенъ къ наукамъ самымъ вышнимъ ; любовникъ чувствительной , готовъ умершвить себя за невѣрную женщину ; скука , уныніе , праздность и уединеніе сущь лучшія его забавы ; во всемъ опличенъ , какъ въ дружбѣ , такъ и въ ненависти ; желанія превосходятъ его силы. Если успремимся къ добродѣтели , наблюдаемъ оную въ высочайшей степени ; если же къ пороку , то въ злодѣйствѣ нѣтъ ему подобнаго.

115) Изъ сего можно заключить , сколь необходимо нужно отвращать начало сего



сложенія. Какъ скоро въ комъ знаки онаго примѣчены будутъ , надлежитъ его приучать къ упражненіямъ пріятнымъ , но непродолжительнымъ, и чѣмъ всегда былъ въ свободномъ и легкомъ воздухѣ. Спартаться всячески безъ принужденія , и не говоря о болѣзни, развеселятъ и разбиваютъ задумчивыя его мысли , удаляютъ его отъ людей печальныхъ , вывозятъ на увеселительныя позорища, а не на трагедію ; всего же лучше быть ему въ путешествіяхъ.

\*\*\*\*\*

О У П Р А Ж Н Е Н І Я Х ъ .

116) Художества , мастерства и всякія рукодѣлія требуютъ великой прилѣжности, и малаго шѣлдвиженія до шидцати лѣтъ, которыя составляютъ лучшее въ жизни время. Сей родъ упражненія принуждающаго сидѣть долгое время на одномъ мѣстѣ , весьма вредитъ и изнуряетъ доброе сложеніе шѣла ; для того надлежитъ молодыхъ людей по-



нуждасть къ частымъ шѣлодвиженіямъ и разнымъ забавамъ на вольномъ воздухѣ. Назначенное къ гуляныю время полезно препровождать въ бѣганьѣ долговременномъ и шрудномъ на солнцѣ и на дождѣ, въ прыганьѣ, въ танцахъ, въ игрѣ мячами, кеглями, въ бивѣ на рапирахъ, въ верховой ѣздѣ и въ прочемъ тому подобномъ; все сіе однакожъ дѣлать по степенямъ, и разные употреблять къ тому способы мало помалу, а не вдругъ и не чрезъ силу. Такія на вольномъ воздухѣ движенія, гдѣ тѣлесная сила дѣйствуетъ, отъ природы свойственны человѣку, который чрезъ то становится проворнѣе, здоровѣе и сильнѣе. Искусство увѣряетъ насъ въ томъ ежедневно, и нѣтъ нужды изыскивать дальнихъ на то примѣровъ. Сравнимъ поршняго или ткача съ работникомъ, которой на рынкѣ или на биржѣ цѣлый день бываетъ въ работѣ; необходимо подумаемъ, что сіи два человѣка совсѣмъ разнаго рода.



О ОПАСНЫХЪ ОТЪ ЛЮБВИ СЛѢДСТВІЯХЪ.

117 ) Довольно извѣстно , сколь вредно и опасно дѣйствіе любовной спраспи въ молодыхъ лѣтахъ. По тому , что для росту и для укрѣпленія силъ и разума вся природная горячность потребна ; всѣми способами надлежитъ стараться отвращать все , что прежде времени можетъ вредить юности. Надобно удалять ихъ отъ мерзкихъ разговоровъ , отъ прикосновеній безчестныхъ , отъ чтенія любовныхъ сочиненій , наконецъ отъ частаго обхожденія разнаго пола вмѣстѣ , дабы не превратить прекрасной весны натуры въ мрачную и безплодную осень. При томъ надлежитъ помнить пословицу : что случай дѣлаетъ пора.

\*\*\*\*\*

О ТАБАКѢ.

118 ) Табакъ хорошо употреблять вмѣсто лѣкарства , и не дѣлать къ нему привычки. Онъ повреждаетъ память ; однако можно позволить оный употребляющъ , но съ умѣрен-



носпію , людямъ сложенія флегматическаго , и тѣмъ , которые подвержены разнымъ головнымъ проспудамъ.

\*\*\*\*\*

О ЧИСТОТѢ.

119) Воспитателямъ должно великую имѣть осторожность въ столь важномъ дѣлѣ , каково есть чистоты наблюденіе. Всѣмъ извѣстно , сколь необходимо нужно приучать дѣтей къ оной во всемъ , что около ихъ , и что предъ очами у нихъ бываетъ. Наблюдать сіе должно отъ самыхъ пеленъ , и не забывая сего правила , въ какихъ бы ни были дѣти лѣтахъ , случаяхъ , или обстоятельствахъ : ибо и здоровье ихъ отъ того зависишь. Благоприспособность , учтивство и честь столь неразрывно сопряжены съ сею добродѣтелью , [если можно такъ ее назвать], что отъ недостатка чистоты воспитаніе не можетъ быть въ совершенствѣ. Попечители , правители, надзиратели или надзирательницы домовъ, гдѣ воспитываются дѣ-



ти , должны употреблять великую сноровку и прилѣжаніе въ смотреніи за чистотою вездѣ и во всемъ , какъ въ домахъ имъ повѣренныхъ и за дѣтьми , такъ и между собою другъ за другомъ по тому , что имъ первымъ надлежитъ примѣры благоприсойности показывать собою.

\*\*\*\*\*

О Б А Н Я Х Ъ .

120) Господинъ докторъ Саншесъ для дѣтей воспитательнаго дома преподаетъ разсужденіе о баняхъ :

„Дай Боже , говоритъ онъ , чтобъ Физики и врачи въ Россіи испытали пользу , копорую весь народъ отъ бани получить можетъ .  
„Они будутъ увѣрены , и скажутъ , что по законамъ политическимъ во всякомъ Россійскомъ городѣ , селѣ и деревнѣ быть должно банямъ по числу жителей подъ хорошимъ присмотромъ .

Сіе для сохраненія и утвржденія здоровья , для предосторожности и исцѣленія отъ безчи-



сленныхъ болѣзней преполезное лѣкарство обыкновенно во зло употребляется. Торговля бани построены и содержатся худо. Народъ входитъ въ оныя париться, какъ скоро только трубу закроютъ, и прежде нежели подаваніемъ она изготавится. Чрезвычайной жаръ причиняетъ совсемъ прошивное тому, чего бы ожидать надлежало. При томъ многіе подвергаютъ себя двумъ прошивоспорюющимъ случаямъ: будучи въ превеликомъ жару парятся чрезвычайно, и шрусся крѣпкими спиртами и ѣдкими кореньями; приведши шѣло въ преужасное движеніе, и произведя превеликой потъ, пьютъ отъ жажды безпрестанно воду холодную, а иногда сольдомъ, отъ чего случается, что вдругъ умираютъ апоплексическимъ ударомъ. Другіе въ самомъ жару не только выходятъ на спужу и окачиваются холодною водою, но и ложатся на снѣгъ. Отъ такового ужаснаго злоупотребленія весьма остерегаться должно.

Всѣмъ извѣстно, что чистота способствуетъ здоровью и предостерегаетъ отъ



болѣзни ; а понеже бани Россійскія въ своемъ  
существѣ ни что иное , какъ бани парныя ;  
того для всѣмъ необходимо нужно , мыться  
въ оныхъ хотя всякую недѣлю ; и для  
надлежащей пользы надобно входить въ ба-  
ню : 1) часа за два до обѣда, или до ужина, а  
сытому, или потчасъ послѣ кушанья иппи въ  
оную весьма опасно и вредно. 2) Не входить  
прежде , доколѣ поддаваніемъ на каменку  
холодной воды не наполнится паромъ , отъ  
чего въ ней воздухъ будетъ пріятной , и  
пользоваться онымъ можно безъ малѣйшаго  
безпокойства и тягости : часа два потѣть ,  
перепься и отдыхашъ : мыться сперва  
теплою , а потѣмъ , не много разхлаживая ,  
и студеною водою. 3) Не надобно пить  
вина винограднаго , ни водокъ или спиртовъ  
крѣпкихъ ; а можно отъ жажды умѣренно упо-  
треблять такое питье, котораго бы теплота  
равна была съ теплою воздуха баннаго , на  
примѣръ : полпиво , квасъ , или чай. 4) Изъ  
бани выходить въ теплой передбанникъ или  
въ покой , гдѣ на постелю лечь и отдыхашъ



до тѣхъ поръ , покамѣстѣ не почувству-  
ешь попу или перемѣны въ шлѣ ; при чемъ  
надобно беречься , чтобъ не пить холоднаго;  
„ кормилицамъ и мамамъ подтверждать и смо-  
трѣть за ними накрѣпко , чтобъ они не  
вносили дѣшей на верхній и средній полкъ  
въ банѣ , гдѣ для нихъ жаръ чрезвычайно  
вреденъ , и опіюнь не мыли бы ихъ выше  
нижней ступени.

К СЕНТЦЬ.





иву-  
емъ  
аго;  
мо-  
не  
окъ  
йно  
ше



CH-60-116  
4

Д-52



16/12/907





Г. П. Б.

РЗФ-

7

18 век.

427

№ св. кат.